

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

13 марта 2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 3 День 3							
Завтрак	Каша полтавская молочная с маслом	150	6,8	4,4	17,9	125	21
	Какао	180	0,5	-	6,8	48,6	22
	Хлеб пшеничный	20	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого за завтрак		355	8,48	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого за второй завтрак		150	2,1	0,1	10,15	70	
<u>Обед</u>	Суп гороховый на мясокостном бульоне	150	2,8	3,05	23,4	91,5	24
	Рагу овощное с мясом	200	9,24	12,4 5	18,5	248,5	25
	Хлеб ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	
Итого за обед		555	13,8 2	16,7	64,75	433	
Полдник							
	Булка	50	3,8	4	16,1	107,5	27
	Молоко	150	2,5	3,05	14,3	102,5	9
Итого за полдник		200	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день		1260	30,7	33,2 5	145,95	958,5	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

13 марта 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 3 День 3							
Завтрак	Каша полтавская молочная с маслом	200	7,8	7	25,2	158	21
	Какао	180	1,82	-1,2	11,1	95,6	22
	Хлеб пшеничный	25	1,08	3,8	15,8	61,8	
	Масло сливочное	7	0,1	12	0,1	44,6	
Итого за завтрак		412	10,8	0,8	52,2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	2,7	0,8	13,05	90	
Итого за второй завтрак		180	2,7	0,8	13,05	90	
<u>Обед</u>	Суп гороховый на мясокостном бульоне	180	4,82	5,3	26,4	130,5	24
	Рагу овощное с мясом	200	10	14	26,5	305,6	25
	Хлеб ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	26
Итого за обед		633	17,4	20,5	79,75	539,5	
Полдник							
	Булка	70	3,8	6,35	16,1	105	27
	Молоко	180	4,3	2,65	23,05	164,2	9
		250	8,1	9	39,15	270	
		1475	39	42,3	184,15	1259,5	